



مؤسسة الرعاية الصحية الأولية
PRIMARY HEALTH CARE CORPORATION

التنفس عن طريق الفم



هو التعود على التنفس عن طريق الفم بدلاً من الأنف، والسبب الأكثر شيوعاً لذلك هو انسداد الأنف الجزئي أو بالكامل بسبب تضخم اللحمية، أو اللوزتين أو انحراف الحاجز الأنفي أو التهاب الأنف التحسسي المزمن.

كيف تساعد طفلك على التخلص من هذه العادة؟

- إزالة الأسباب التي أدت لانسداد الأنف.
- إذا استمرت هذه العادة، فيجب تصحيحها عن طريق تمارين الشفط لشد الشفاه وتحسين لون الشفاه وإغلاقها.
- تساعد أجهزة تصحيح عملية التنفس من الفم بدلاً من الأنف على إغلاق الفم وإجبار الطفل على التنفس من الأنف.
- سيكون العلاج التقويمي ضرورياً لتصحيح استقامة الأسنان إذا كانت العادة قد غيرت من شكل الأسنان الأمامية الدائمة.

ما هي آثار التنفس من الفم؟

- إطالة مظهر الوجه مع ضيق الأنف.
- تكون الشفاه العلوية القصيرة.
- بقاء الشفاه متباعدة وغالباً ما تكون جافة ومتشققة.
- احمرار وتورم اللثة.
- ضيق الفك العلوي.
- جفاف الفم ورائحة الفم الكريهة.
- تسوس الأسنان.

